

年間の活動計画

東京都立竹台高等学校 柔道部

年間目標	柔道を通して心身を鍛える。			
部員数 (平成30年6月現在)	2名(男子1名、女子1名)			
活動日	【平日】 火、水、金曜日 【週休日】 土、日曜日			
活動時間	平日	16:00~18:00	休日	9:00~12:00
休養日	【平日】 月、木曜日 【週休日】 土、日曜日			
主な活動予定	4月	関東大会		
	5月	インターハイ		
	6月	練習(受け身)		
	7月	練習(寝技)		
	8月	夏季合宿		
	9月	学年別大会		
	10月	練習(投げ技)		
	11月	支部大会		
	12月	練習(体さばき)		
	1月	選手権大会		
	2月	国公立大会		
	3月	体力づくりのトレーニング		
参加予定大会	関東大会、インターハイ、学年別大会、支部大会、選手権大会、国公立大会			
主な実績	29年度			
	28年度			
	27年度			